

EL RASTREO DE CONTACTOS es un proceso fácil y confidencial que frena la propagación de COVID. Si usted da positivo en la prueba de COVID, el Equipo de Comunidad de COVID de NC se pondrá en contacto con usted por texto, correo electrónico o llamada telefónica. El trabajo de ellos es saber dónde usted fue expuesto y quién más podría haber estado expuesto al virus. Un miembro del Equipo de Comunidad de COVID de NC notificará a las personas con las que ha estado en contacto cercano y les brindará el apoyo disponible para mantenerse saludables. Toda la información que usted proporcione es confidencial y no se comparte fuera del Equipo de Comunidad de COVID de NC.

Mia y Mark en el fin de semana están en la misma fiesta de cumpleaños.



Unos días después, Mia comienza a mostrar síntomas de COVID-19 y en la prueba da positivo.



El Equipo de Comunidad de COVID de NC recibe los resultados positivos de las pruebas de Mia y se pone en contacto con Mia por mensaje de texto, correo electrónico o llamada telefónica. Mia provee la lista de personas con quien ha tenido contacto cercano. Cualquier mensaje de texto de Equipo de Comunidad de COVID de NC se enviará del número 45394.

¿SABÍA? Un contacto cercano se define como aquellos en los que ha estado a menos de 6 pies durante más de 15 minutos en un período de 24 horas. Estos minutos no tienen que ser consecutivos.



El Equipo de Comunidad de COVID de NC se pone en contacto con Mark, por mensaje de texto, correo electrónico o llamada telefónica, para notificarle que pudo haber estado expuesto al COVID-19. Cualquier mensaje de texto del Equipo de Comunidad de COVID de NC se enviará del número 45394.

*El representante del Equipo de Comunidad de COVID de NC mantiene la identidad de Mia en forma confidencial al hacer estas gestiones de contacto.

El Equipo de Comunidad de COVID de NC le indica a Mark cómo ponerse en cuarentena, cuando hacerse la prueba y cómo obtener servicios de apoyo disponibles. Mark comienza la cuarentena y **hay dos cosas posibles que pueden suceder:**

Mark tuvo una prueba con resultado negativo. Mark continúa monitoreando el desarrollo de síntomas, y el usa una mascarilla en los momentos que distanciamiento social no es posible, hasta cuando hayan pasado 14 días desde la última exposición. Si Mark todavía no ha desarrollado síntomas 14 días después de su última exposición al COVID, puede terminar su cuarentena**.

**Las guías de CDC permite la reducción de cuarentena bajo ciertas situaciones cuales pueden ser implementadas según el criterio del departamento de salud local.

14
DÍAS

Mark sale positivo de la prueba o desarrolla síntomas. Mark necesita:

1. Aislarse durante al menos 10 días desde que los síntomas comenzaron
2. Obtener ayuda médica (de ser necesario)

10
DÍAS

¿SABÍA? Hay ayuda disponible. El Equipo de Comunidad de COVID de NC puede ofrecerle consejos sobre cómo cuidarse a sí mismo y puede conectarlo con apoyo disponible, como la entrega de alimentos, medicamentos y suministros relacionados con COVID-19, como mascarillas y un termómetro.

El **aislamiento** es para personas infectadas; la **cuarentena** es para las personas que han estado expuestas y no muestran síntomas ni han tenido un resultado positivo a la prueba. El **aislamiento** requiere que una persona permanezca completamente en su propio espacio (habitación y baño) lejos de los demás hasta que se recupere, mientras que la **cuarentena** requiere que una persona esté pendiente de los síntomas del COVID-19 y, si es posible, que se mantenga alejada de los demás durante 14 días desde la última vez que fue expuesta a COVID-19.

SEA EL PRIMERO EN AYUDAR.

Usted puede ayudar a frenar la propagación de COVID-19. Si usted recibe un correo electrónico de NC-Arias-NoReply@dhhs.nc.gov, un mensaje de texto del número 45394, o aparece en su teléfono el número de NC Outreach (844-628-7223) o del departamento de salud local, por favor responda la llamada para proteger su comunidad y las personas que son importantes para usted. También puede obtener más información sobre el apoyo disponible para mantenerse saludable llamando a NC Outreach (844-628-7223).



NC DEPARTMENT OF
HEALTH AND
HUMAN SERVICES

covid19.ncdhhs.gov